VIVIR [+] DOMINICAL

EDICIÓN #043 | 03 DE NOVIEMBRE DE 2013

DIABETES:
PROTEJAMOS NUESTRO FUTURO





tecnología

El poder de los blogs

Los sistemas de salud en el mundo, una crisis anunciada

La Prensa

EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ

"Por la sombrita"

Las mejores historias de la columna más popular de Panamá, por Roxana Muñoz

ellas 30 años

SIENDO TUYA



De venta en

La Prensa
EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ





Club de Suscriptores La Prensa
15% de descuento con tu tarjeta del club

Ave. 12 de Octubre 222-1222 | La Chorrera 345-4591 | Chitré 996-3340 | Santiago 998-6300 | David 774-4171

El 15% de descuento aplica en la compra del libro **Por la Sombrita** en las sucursales de La Prensa y El Hombre de la Mancha, para miembros del Club de Suscriptores. No aplica con otras promociones y descuentos.

Festival de Liderazgo Biocultural con Jane Goodall

Spotlight on Biocultural Leadership with Jane Goodall

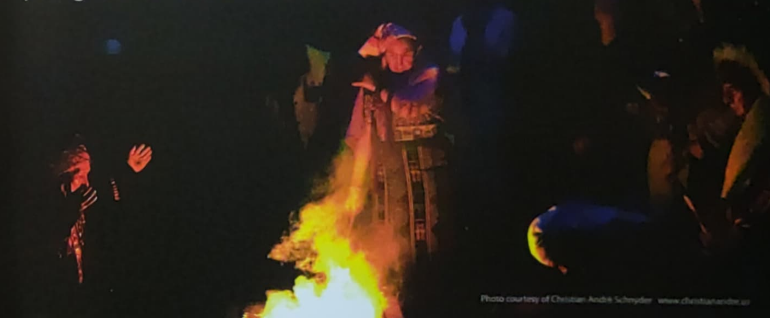


Photo courtesy of Christian André Schnyder · www.christianandre.ca

El cacique Dakota Phil Lane, Jr., en conjunto con sus hermanos indígenas de Panamá, Canadá, los Estado Unidos, Guatemala y Bolivia, les invita al

Dakota Chief Phil Lane, Jr., together with his indigenous brothers and sisters from Panamá, Canada, the US, Guatemala and Bolivia, invites you to join us for

Reencuentro de los Pueblos Indígenas de las Américas del Cóndor y del Águila.

Reconnecting the Condor and Eagle peoples of the Americas

Photo courtesy of Tim Ives

El Ateneo, Ciudad del Saber
Miércoles, 13 de noviembre, 7:00pm
Una noche de música, danza y un intercambio con la Dra. Jane Goodall.

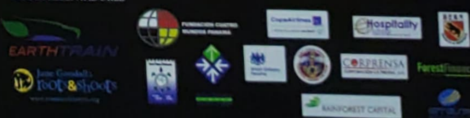
The Ateneo, City of Knowledge
Wednesday, November 13th, 7:00pm
An evening of music and dance and
An exchange with Dr. Jane Goodall

Donación por boleto: B/. 20.00
(cargo por servicio no incluido)

Donation per ticket: $20.00
(plus service charge and tax)

Consigue tu boleto en www.tuboleto.com y

ONG'S PRESENTADORES



a.v. 877189



El aumento de la población, la variabilidad climática, la selección, aplicación y uso inadecuado de insecticidas y la falta de cooperación de la población para eliminar los criaderos han contribuido a una distribución más amplia del mosquito 'Aedes aegypti'.

PREVENCIÓN Y CONTROL, CLAVES EN LA LUCHA CONTRA EL DENGUE | Pág. 14

La Prensa
EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ

Presidente LUIS NAVARRO LINARES
Directora LOURDES DE OBALDÍA
Director Asociado ROLANDO RODRÍGUEZ B.
Subdirector y editor ejecutivo FERNÁN MOLINOS

Editor
TAMARA DEL MORAL
Redactores
TAMARA DEL MORAL
ANAXIMENA ESQUIVEL OLMOS
MELISSA PINEL Z.
Editor General Gráfico
RICARDO J. BERMÚDEZ
Diseño Editorial
VANESSA CROOKS
PAOLA YING

Fotografía
LA PRENSA Y SERVICIOS INTERNACIONALES
Colaboradores
ANA ALFARO
OLGA DE OBALDÍA
GERARDO GANDSAS
DAYRA UREÑA
ALEJANDRO COLMENÁREZ
DANIEL GONZÁLEZ
Corrección
DEPARTAMENTO DE CORRECCIÓN
Producción
COLOR Y FOTOMECÁNICA, ROTATIVA E INSERCIÓN

Gerente General JUAN CARLOS PLANELLS
Gerente de Mercadeo SUDY SALENCE
Gerente de Publicidad ISMARÍ PIMENTEL
Departamento Comercial
Teléfonos para ventas: (507) 323-7283 / (507) 323-7284
Correo electrónico: ventas@prensa.com

VIVIR[+] DOMINICAL

en la portada
FOTOGRAFÍAS *Fotolia*
CONCEPTO Y FOTOCOMPOSICIÓN *Paola Ying*



Fin de semana extendido. Diversión. Descanso. Al ritmo de liras, tambores y redoblantes, muchos recordarán sus viejos tiempos cuando desfilaban con orgullo en conmemoración de la independencia de Panamá o por el Día de la Bandera. Y aunque, entre la playa, el campo, el *mall* o un viajecito breve se olviden de los problemas, un aspecto que no se debe descuidar es el cuidado de la salud.

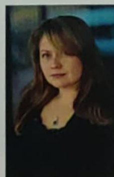
La prevención de muchas enfermedades está en manos de todos. Eliminar los criaderos de mosquitos, aunque suene a cantaleta, es primordial en la lucha contra el dengue y se requiere la cooperación de todos. A propósito, expertos internacionales vendrán a Panamá este mes para abordar la situación actual del dengue y las perspectivas a futuro en términos de diagnóstico, vacunas, resistencia del mosquito transmisor y nuevos insecticidas.

Otra condición que se puede prevenir con buenos hábitos de salud es la diabetes, que afecta casi al 10% de la población mundial adulta. Además, esta aumenta el riesgo de problemas cardíacos y cerebrovasculares, insuficiencia renal, deficiencia visual y ceguera. Enfermedades crónicas como la diabetes están azotando el mundo... y los sistemas de salud, como nos explica Olga de Obaldía.

Esperamos que aprovechen estos días al máximo y que disfruten de esta edición.

Saludos,

[+]



EDITORA
Tamara Del Moral
tdelmoral@prensa.com



'Protejamos nuestro futuro'

Guerra a la obesidad

El 14 de noviembre se conmemora el Día Mundial de la Diabetes, una enfermedad crónica que está aumentando en el mundo. Se requiere una mayor educación y campañas de prevención.

Tamara Del Moral • tdelmoral@prensa.com



Tom Hanks reveló recientemente en el *show* de David Letterman que padece diabetes tipo 2. Halle Berry tiene diabetes tipo 1. Y Salma Hayek desarrolló diabetes gestacional cuando estaba embarazada de su hija Valentina. Hasta el futbolista argentino Diego Armando Maradona ha tenido que lidiar con esta enfermedad crónica, que afecta a unos 371 millones de personas en el mundo, cifra que se estima podría llegar a los 552 millones para el año 2030.

La diabetes se ha convertido en una epidemia global asociada a un mayor riesgo de problemas cardíacos, renales y accidentes cerebrovasculares, deficiencia visual y ceguera. En ella intervienen factores biológicos (edad, genética, obesidad, embarazo), socioeconómicos (nivel de educación, pobreza, falta de acceso al cuidado de la salud) y ambientales (estilos de vida sedentarios, fumar, dieta). En México es la principal causa de muerte y cada hora se diagnostican 38 nuevos casos en ese país.

En Panamá, el estudio **Prevalencia de factores de riesgo asociados a enfermedad cardiovascular (Prefrec) 2010-2011**, realizado con una muestra de 3 mil 590 personas en las provincias de Panamá y Colón, dio una prevalencia de diabetes de 9.5%, es decir, que casi 1 de cada 10 personas en Panamá tiene diabetes.

Otro estudio, titulado **Mortalidad por diabetes en Panamá y factores de riesgo biológicos y socioeconómicos relacionados con la enfermedad** (Jorge Motta, *et al*), que analiza la mortalidad por diabetes entre 2001 y 2011 en el país, y publicado en la **Revista Panamericana de Salud Pública**, reveló que entre los factores de riesgo biológico, el exceso de peso era el más asociado con la mortalidad por diabetes, y el factor socioeconómico más relevante es un ingreso mensual inferior a 100 dólares, aunque también se incluye tener menos de seis años de educación y estar desempleado.

Este trabajo recomienda estudiar más las distribuciones desiguales de los factores de riesgo en el país. En Bocas del Toro, por ejemplo, se vio que la mortalidad por diabetes está más asociada a aspectos sociales y en Colón, a factores biológicos. Concluye que es necesario "diversificar las estrategias de manejo de esta importante causa de discapacidad y muerte, en función de las zonas geográficas de Panamá".

DIAGNÓSTICO

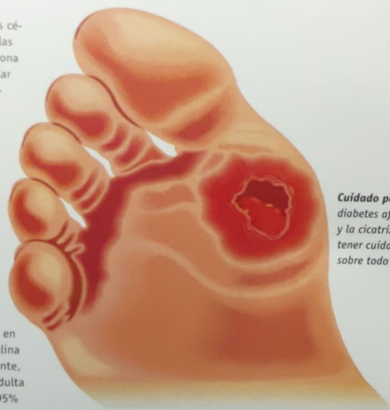
En la diabetes tipo 1, que suele

sigue [+]

[+]

presentarse en la infancia, las células inmunitarias destruyen las células que producen la hormona insulina, necesaria para regular el azúcar en la sangre. Entonces, el páncreas no produce insulina o produce muy poca, por lo que la persona debe administrársela diariamente. Se cree que la diabetes tipo 1 tiene un componente genético, aunque los factores desencadenantes para que este mecanismo se active aún no están del todo definidos.

La diabetes tipo 1 representa menos del 5% de todos los casos mundialmente, mientras que la de tipo 2, en la que el cuerpo produce insulina pero no la utiliza eficientemente, se presenta más en la edad adulta y comprende entre el 90% y 95% de los casos.



Cuidado podológico. *La diabetes afecta la circulación y la cicatrización, se debe tener cuidado con las heridas, sobre todo en los pies.* FOTOLIA

SEGÚN LAS ESTADÍSTICAS SANITARIAS DE LA OMS DE 2013, CASI UN 10% DE LA POBLACIÓN MUNDIAL ADULTA PADECE DIABETES. EL ESTUDIO 'PREFREC' DE PANAMÁ REVELÓ QUE CASI 1 DE CADA 10 PANAMEÑOS TIENE DIABETES.

La diabetes tipo 2 también tiene un fondo genético: si se tiene un padre o madre con diabetes, hay mayor riesgo de desarrollar la enfermedad, y entre los hijos, el más gordito, aunque no sea el mayor, es el que más temprano va a manifestarla. La diabetes gestacional se da durante el embarazo y suele desaparecer después del parto, pero es recomendable que la mujer esté atenta por si desarrolla diabetes más adelante.

El examen de glicemia en ayunas se usa para diagnosticar la diabetes. Un nivel de glucosa en sangre de entre 100mg/dl y 125mg/dl es signo de prediabetes y de 126mg/dl o más, de diabetes.

Otra prueba es la de hemoglobina glicosilada (que registra un promedio de las glicemias de los dos últimos meses y no requiere estar en ayunas). El médico endocrinólogo Daniel Abouganem, presidente de la Asociación Panameña de Endocrinología, Diabetes y Metabolismo, explica que desde hace unos tres años se acepta que en esta prueba, realizada con metodologías estandarizadas y que usen cromatografía líquida de alta presión, niveles de 5.7% a 6.4% indican prediabetes, y de 6.5% o más, diabetes.

A veces puede ocurrir que una persona se hace el examen de glicemia en ayunas, le sale menos de 110mg/dl y piensa que no tiene diabetes, pero en una prueba de hemoglobina glicosilada le da un valor de 6.5%, es decir, es diabético. Abouganem recomienda que toda persona con antecedentes familiares de diabetes, que sea mayor de 40 años, si tiene sobrepeso u obesidad, las mujeres con ovarios poliquísticos y adolescentes obesos que tengan una mancha oscura aterciopelada en el cuello (una característica de la resistencia a la insulina), se realicen un examen de glicemia o hemoglobina glicosilada.

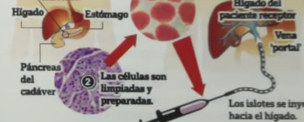
Hoy día, agrega el galeno, se están viendo casos de diabetes en

Trasplante de células **para tratar la diabetes**

Investigadores de la Universidad de Minnesota, en Estados Unidos, han desarrollado una técnica para trasplantar células productoras de insulina de un donante fallecido a un paciente diabético, que aseguran podría tratar o hasta curar su enfermedad.

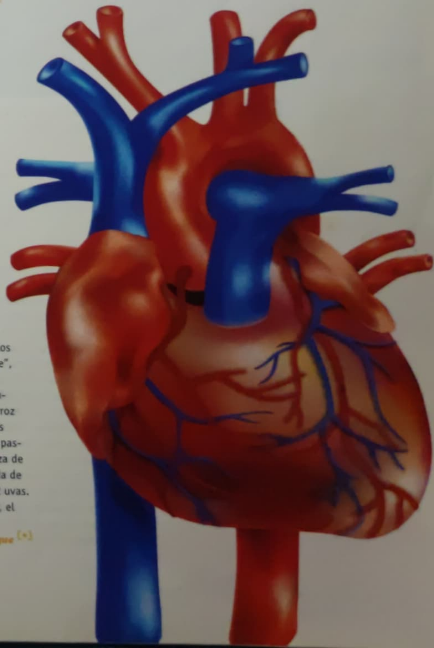
1. Las células productoras de insulina, conocidas como 'islotes', son recolectadas del páncreas de un donante fallecido.

3. Se inyectan los islotes a través de una pequeña incisión en el abdomen del paciente hacia una vena que sirve de 'portal' para llevarlas hasta el hígado (el páncreas es frágil y difícil de alcanzar), donde comienzan a producir insulina. El paciente recibe inmunosupresores para evitar que su cuerpo rechace las células foráneas.



MCT Direct / Universidad de Minnesota/ Minneapolis Star Tribune

LA DIABETES AUMENTA EL RIESGO DE CARDIOPATÍAS Y ACCIDENTES CEREBROVASCULARES, Y MULTIPLICA POR 10 LAS PROBABILIDADES DE AMPUTACIÓN DE UNA EXTREMIDAD INFERIOR. ES UNA DE LAS PRINCIPALES CAUSAS DE INSUFICIENCIA RENAL, DEFICIENCIA VISUAL Y CEGUERA.



edades más tempranas, por los malos hábitos alimenticios y el sedentarismo, que conducen a la obesidad, y esta a su vez, a la diabetes y otros problemas médicos. "La obesidad es la enfermedad prevenible que lleva a más complicaciones de salud: hipertensión, diabetes, enfermedades cardiovasculares, cáncer, artrosis, hígado graso... El niño obeso de hoy es el adulto enfermo de mañana".

Dieta y mitos

La nutricionista Laura del C. Turner explica que es muy común que a los diabéticos se les restrinja o prohíba comer arroz, yuca, papas, pastas, vegetales como zanahoria, maíz, zapallo y remolacha, y frutas como piña, uvas y guineo, porque se tiene el concepto erróneo de que estos alimentos contienen 'mucha azúcar' y elevan los niveles de glucosa en la sangre. "Es cierto que todos los carbohidratos (almidones) se convierten en glucosa (azúcar), pero en las porciones adecuadas no causan un efecto adverso sobre los niveles de azúcar en la sangre", agrega.

Sobre las porciones, se entiende que una porción de arroz equivale a 2/3 taza, 4 astillas medianas de yuca, 1 taza de pasta o 1 papa mediana, 1/2 taza de vegetales cocidos, 1 rebanada de piña, 1 guineo pequeño o 12 uvas. Por otra parte, indica Turner, el

sigue [+]



FOTOLIA



EL DIABÉTICO PUEDE COMER CARBOHIDRATOS, PERO EN PORCIONES ADECUADAS, AUNQUE SÍ DEBE RESTRINGIR EL CONSUMO DE AZÚCARES, (BLANCA, MORENA, MIEL DE ABEJA) Y SUS DERIVADOS.

[+]

azúcar que contienen las frutas no incrementa drásticamente los niveles de glicemia como se suele pensar, ya que el organismo los metaboliza eficientemente.

"La alimentación de una persona con diabetes debe ser como la que todos tendríamos que seguir: si dividimos imaginariamente un plato, la mitad debe corresponder a vegetales y frutas, de la otra mitad, 3/4 corresponde a los carbohidratos (o almidones), prefiriendo el consumo de alimentos con mayor contenido de fibra o integrales, menestras y la porción de proteínas, en promedio de 6 onzas al día".

Una porción de proteína para cada comida puede ser: 1 encuentro, 1 pedazo de carne o pescado del tamaño de una baraja con 1/2 pulgada de espesor o de 3 cajitas de fósforo, 1/2 pechuga de pollo o 2 porciones de leche al día. Idealmente, todos deberíamos tomar al menos 8 vasos de 8 onzas de agua al día (2 litros) y evitar el uso de aceites y frituras, el consumo de dulces y bebidas azucaradas.

Para la persona diabética, queda restringido el consumo de azúcares, ya sea blanca, morena o miel de abejas y sus derivados. En todo caso, puede utilizar sustitutos de azúcar como la sucralosa o estevia, pero no se debe abusar.

La nutricionista añade que no se debe ingerir infusiones o preparaciones con hierbas que promueven un descenso de los niveles de azúcar en la sangre, como contragavilana, palito amargo y pata de vaca, ya que si se usan con ciertos medicamentos pueden inhibir su efecto.

Terapias y estudios

Existen diferentes medicamentos para tratar la diabetes, siendo la metformina la primera opción. A esta se le han encontrado además otros beneficios, como menor riesgo de cáncer de colon, de mama e, incluso, en mujeres diabéticas con cáncer de mama que usan metformina, se ha visto que tienen un mejor pronóstico que aquellas diabéticas que usan otro fármaco.

Como segunda alternativa están las incretinas, que se subdividen en dos grupos: los inhibidores de la enzima DPP4, que tienen la ventaja de que no producen hipoglicemia y que se pueden usar en personas ancianas con más seguridad; y los análogos de GLP1, que son inyectados por vía subcutánea en presentaciones de una o dos veces al día y hasta de una vez por semana. Estos tampoco producen hipoglicemia y ayudan a reducir peso, por lo que son una buena opción para personas obesas con diabetes tipo 2, pero su inconveniente es el costo.

Un grupo nuevo de medicinas es el de los inhibidores SGLT-2. En personas con diabetes y niveles de glicemia mayores de 200mg/dl, uno de los mecanismos del cuerpo para eliminar el excedente de azúcar es a través del riñón. Cuando el nivel de glicemia es menor de 200mg/dl, el riñón reabsorbe el excedente. Estos fármacos bloquean la reabsorción de glucosa y permiten que aquella que no es utilizada pueda ser expulsada por la orina, disminuyendo sus niveles séricos. Este grupo de medicamentos estará pronto en Panamá.

Además de las medicinas, se están haciendo muchas investigaciones, como las de trasplante de células pancreáticas. El problema es el rechazo del sistema inmune hacia esas células que se destruyen. Hoy se está trabajando en la búsqueda de medicamentos antirechazo que no produzcan muchos efectos adversos y que permitan que las células trasplantadas puedan sobrevivir.

También hay investigaciones con personas que tienen diabetes tipo 1 de reciente diagnóstico, que aún pueden tener entre 10% y 15% de células productoras de insulina. Se está buscando la manera de "encapsular" o proteger estas células de los glóbulos blancos, plantea el doctor Abouganem.

Actualmente, existen medidores y bombas de insulina, con las cuales el paciente decide qué dosis se debe administrar, pero ya se está buscando desarrollar dispositivos llamados "páncreas artificiales", que miden el nivel de glucosa y suministran la cantidad necesaria de insulina para mantener el rango deseado.

Otros estudios se enfocan en los implantes de células madre para tratar la diabetes, pero no hay ningún centro que haya tenido éxito o una garantía de cura, dice Abouganem; el público debe tener mucho cuidado y no dejarse engañar con falsas promesas.

El médico concluye que se está avanzando en el cuidado del paciente diabético, pero aún hace falta más prevención. En su opinión, hay que limitar la publicidad de comida rápida en horarios en que los niños ven la televisión, evitar las bebidas azucaradas, realizar actividad física y llevar controles médicos. Se calcula que en países desarrollados el costo del tratamiento de la diabetes representa entre 15% y 30% de la inversión en salud, expresa. "Panamá no es un país rico, la inversión debe ser en prevención".



Obesidad, factor de riesgo. *Es la enfermedad prevenible que conlleva más complicaciones, incluyendo diabetes, artrosis y cáncer.* FOTOLIA

Congreso en 2014

Del 13 al 16 de marzo de 2014, se realizará en Panamá el Tercer Congreso Latinoamericano "Controversias en Diabetes, Obesidad e Hipertensión", en el que participarán las autoridades más destacadas en el ámbito mundial en estas enfermedades. Se espera que participen entre 2 mil y 2 mil 500 médicos.

Los expositores abordarán temas como el diagnóstico de la diabetes, sus complicaciones y manejo farmacológico, nuevas terapias, manejo del paciente con problemas renales, hipertensión, hipoglicemia, la obesidad y cirugía bariátrica, el corazón del diabético, dislipidemias, demencia y Alzheimer, condiciones estas que se asocian a pacientes con diabetes.

Estarán el Dr. Enrique Mendoza, endocrinólogo y decano de la facultad de medicina de la Universidad de Panamá; el Dr. Daniel Abouganem; el Dr. Itamar Raz de Israel, que ha realizado varios estudios; y el Dr. Jaime Davidson, entre otros.

PREVENCIÓN Y CONTROL, CLAVES EN LA LUCHA CONTRA EL DENGUE

Tamara Del Moral • tdelmoral@prensa.com



FOTOLIA



Cambio de actitud de la población. Además de contaminar, las llantas viejas y otros desperdicios arrojados en lotes baldíos se convierten en criaderos del mosquito transmisor del dengue. JONIEL OMAÑA | LA PRENSA

En las últimas tres décadas, el dengue, una enfermedad transmitida por el mosquito *Aedes aegypti*, que causa fiebre, dolores musculares, vómitos y hemorragia en los casos más graves, se ha convertido en un importante problema de salud pública en el mundo, y en lo que va del año, Centroamérica registra al menos 47 muertos y 83 mil enfermos por dengue. La región se enfrenta a una variedad "extremadamente fuerte" de la enfermedad, por la entrada de un nuevo serotipo del virus, advirtió el pasado 24 de octubre la representante de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) en Nicaragua, Socorro Gross.

Lorenzo Cáceres, entomólogo médico del Instituto Conmemorativo Gorgas de Estudios de la Salud (Icges), explica que a inicios de la década de 1980, se dio en Cuba una epidemia de más de 300 mil casos de dengue clásico y más de 10 mil casos de dengue hemorrágico, con unas 140 defunciones (la OMS cambió la clasificación de 'dengue clásico' y 'dengue hemorrágico', a dengue y dengue grave). A partir de 1981, el dengue se fue comportando por debajo del millón de casos en la región, pero desde 2002 se registra más de un millón de casos en las Américas.

En Panamá, con la reinfestación del mosquito transmisor del virus en 1985 y el inicio de la epidemia a partir de 1995, este problema ha tenido un gran impacto. Desde 1995, en Panamá han circulado cuatro serotipos del virus del dengue, de los cuales el serotipo 3 (asiático) es muy virulento y puede originar dengue grave. Y, en estudios moleculares que se han hecho en el Icges y en otros países, se ha visto que en los últimos años, el serotipo 2 ha aumentado su virulencia y la tendencia es que quienes son infectados con este desarrollen dengue grave. Ya se habla de un serotipo 5, lo que complica más su abordaje, dice el científico.

Según Cáceres, factores como el aumento de la población, la variabilidad climática, mayor cantidad de viajeros, la selección, aplicación y uso inadecuado de insecticidas (desarrollados hace varias décadas) ante los cuales los mosquitos se han vuelto resistentes, y la falta de cooperación de la población para eliminar los criaderos han contribuido a una distribución más amplia del *Aedes aegypti*.

El científico agrega que la fumigación, la búsqueda de una vacuna y nuevos insecticidas o usar mosquitos transgénicos, no son una solución absoluta y que lo más eficaz es la prevención.

Cuando aparecieron los insecticidas, se dejó de lado el control ambiental del *Aedes aegypti* y lo mismo ocurrió cuando apareció la vacuna de la fiebre amarilla, no se pensó que este mosquito también transmite el dengue y se iba a convertir en un problema, indica el entomólogo. Aun si se lograra obtener una vacuna contra todos los serotipos de dengue, si se abandona el control ambiental del *Aedes aegypti*, hay que tomar en cuenta el virus de Chikungunya, que también causa un impacto en la salud, plantea.

Desde 2011, el Icges busca probar los mosquitos machos modificados genéticamente para evaluar su potencial en el control del *Aedes aegypti*. Tras casi un año en espera del permiso del comité sectorial de bioseguridad del Ministerio de Salud para importar los huevos y criarlos en el laboratorio, ahora esperan el permiso de liberación en campo.

Los avances en el diagnóstico del dengue, la diferenciación de los serotipos, la transmisión de la enfermedad, las perspectivas de una vacuna, la producción de insecticidas y los estudios que adelanta el Icges serán temas analizados en Panamá por expertos de varios países, del 18 al 22 de este mes durante la II Reunión Internacional para el Control del *Aedes aegypti* y en el X Congreso del Icges, con el tema "25 años de la vigilancia del dengue en Panamá", actividades con las que se conmemoran los 85 años de la institución.

LA OMS CALCULA QUE CADA AÑO SE DAN ENTRE 50 MILLONES Y 100 MILLONES DE INFECCIONES POR EL VIRUS DEL DENGUE EN EL MUNDO.



***Fumigación.** Una estrategia para el control del vector del dengue, pero la prevención es más efectiva.* ARCHIVO | LA PRENSA



***Atención.** En el evento del Icges, del 18 al 22 de noviembre, se abordarán los avances en el diagnóstico clínico y de laboratorio.* EFE



***Operativo.** Cambie el agua de los platos de mascotas y disponga de la basura adecuadamente.* MAYDÉE ROMERO SPRANG | LA PRENSA

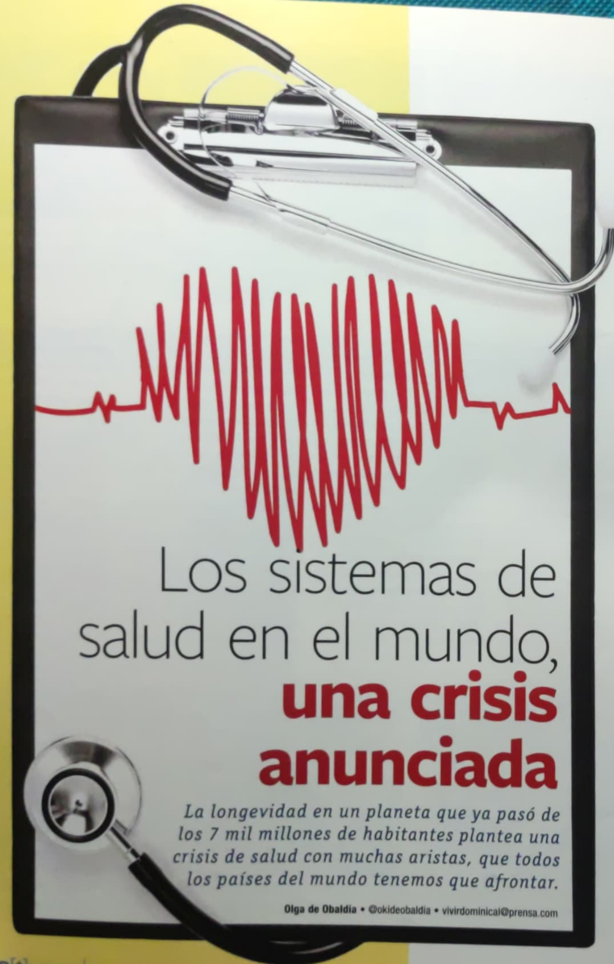


***En casa.** Limpie las canaletas y revise que no haya envases con agua acumulada.* NYT IMAGES





***Ciencia.** Los científicos estudian los mosquitos y su resistencia a los insecticidas, así como los distintos serotipos del virus del dengue, en busca de una vacuna.* NYT IMAGES



Los sistemas de salud en el mundo, **una crisis anunciada**

La longevidad en un planeta que ya pasó de los 7 mil millones de habitantes plantea una crisis de salud con muchas aristas, que todos los países del mundo tenemos que afrontar.

Olga de Obaldía • @okideobaldia • vivirdominical@prensa.com

En el último mes, el tema de la crisis de los sistemas de salud ha acaparado la atención de todos. En el plano internacional, la lucha interna que en Estados Unidos libran los republicanos para repeler la reforma integral a su sistema de salud –llamada popularmente "Obamacare"– llegó a paralizar al Gobierno federal por más de dos semanas. En esencia, el partido que perdió las elecciones sigue tratando de reversar una ley que no le gusta, después de haber fracasado en detener dicha reforma de salud en la legislatura y la Corte Suprema.

En el ámbito nacional, la insatisfacción de los usuarios de la Caja de Seguro Social y de la medicina gratuita estatal es patente, amén de las crisis que se han vivido con los casos como las muertes de los recién nacidos hace unos meses, la huelga médica por el tema de la importación de médicos especialistas extranjeros y la percepción de una amenaza de privatización de los servicios de salud pública que haga inaccesible la atención a los más pobres.



Factores socioeconómicos. *Los costos médicos y farmacéuticos cada vez más altos y una creciente población más longeva suponen grandes presiones.* FOTOLIA

No somos los únicos. Las crisis que enfrentan los distintos sistemas de salud en el mundo tienen rasgos comunes, a pesar de las grandes diferencias socioeconómicas entre los países: costos médicos y farmacéuticos cada vez más elevados, una creciente población de pacientes más longevos, sistemas de pensiones que colapsan sobre sí mismos, seguros médicos inalcanzables, poblaciones enteras que se quedan por fuera de los cuidados de la medicina preventiva, entre otros.

La promesa de los avances de las ciencias médicas era que los seres humanos íbamos a vivir más y mejor. De acuerdo con estadísticas del Banco Mundial disponibles en el sitio web *data.worldbank.org*, el pronóstico de vida de una persona que nace hoy es tan alto como 80 a 84 años en países como Canadá, Australia, Austria, Japón, Dinamarca, Suiza, Israel, el Reino Unido y los Países Bajos. En Costa Rica, Chile y Cuba la expectativa de vida se sitúa en los 79 años, igual que la de Estados Unidos. Y hay pronósticos tan bajos como de 47 a 54 años en países subdesarrollados como Chad, Somalia, Bostwana y el Congo, entre otros desafortunados.

Países como Panamá, Sri Lanka, Turquía, Perú, Colombia, Brasil y China tienen una expectativa de vida de 73 a 77 años. Para países como India y Bolivia, el pronóstico es de 66 a 67 años. Y se dan disparidades dramáticas como Corea del Norte, con una expectativa de vida de 69 años frente a Corea del Sur, que goza de una expectativa de vida de 81 años.

Sí, estamos viviendo más en muchas partes del mundo, ¿pero mejor? Esta nueva longevidad en un planeta que ya pasó de los 7 mil millones de habitantes plantea una crisis de salud con muchas aristas que todos los países del mundo tenemos que afrontar.

Ya en su asamblea general mundial de 2005 en Ginebra, la Organización Mundial de la Salud lanzó la advertencia de que el mundo se acercaba a una pandemia de problemas de salud y entre los muchos factores identificados señaló estos dos:

- Más de mil millones de personas serán mayores de 60 años para el año 2025 y esto se duplicará para el año 2050.
- La falta de sistemas de financiación

sigue [+]

[+]

sostenibles de los servicios de salud en los países y la necesidad de que estos vayan hacia una cobertura universal y seguro social para todos.

Y no es un asunto solo de pobreza, grandes economías del mundo enfrentan crisis de salud debido a pobres capacidades administrativas y de gestión:

• **Estados Unidos.** Es el país con mayor gasto en salud per cápita del mundo (17.9% de su producto interno bruto) y más ineficiencia en el uso de recursos y atención individual, existiendo más de 44 millones de personas sin acceso a seguro médico en un país de 314 millones de habitantes, casi 14% de la población.

La ley de Protección al Paciente y Cuidado de Salud Asequible (ObamaCare), crea un mercado en línea donde los estadounidenses pueden comprar un seguro de salud federalmente regulado y subsidiado. Lastimosamente, la ley que comenzó a regir hace un mes, no ha podido encontrar implementación práctica porque el sitio web contratado para proveer el servicio ha resultado inoperante y está colapsado. El pronóstico del nuevo sistema es incierto frente a sus poderosos enemigos. Pero la reforma es inminentemente necesaria porque la salud pública de los estadounidenses enfrenta presiones a corto plazo, como el hecho de que uno de cada tres adultos de su población es obeso y también hay altos índices de obesidad infantil y juvenil. Los problemas médicos asociados generan un gasto de 190 mil millones de dólares anuales para el sistema público.

• **India.** La disparidad entre la atención médica privada y la pública es abismal. Nueve de cada diez médicos en la India trabajan en el sector privado. Pero el hecho es que para casi 600 millones de pobres rurales y urbanos, la sanidad está fuera de su alcance.

A pesar de ser la cuarta economía más grande del mundo, las desigualdades en salubridad contribuyen en gran medida a la baja posición de la India en el Índice de Desarrollo Humano de las Naciones Unidas. La clave de la creciente crisis de la India es la capacidad del sistema de salud y la financiación adecuada. Sin la reforma del sistema, las desigualdades de salud crecerán aún más entre clases.

• **China.** Enfrenta una crisis grave de salud en su población que envejece y, para enfrentarla, comienza a buscar soluciones del estilo privado occidental.



***Recursos.** Los sistemas de salud en el mundo requieren capacidad administrativa y una financiación sostenible.*

FOTOLIA



Durante los próximos 40 años tendrán que atender a 400 millones de ancianos con enfermedades crónicas.

A pesar de que China ha gastado unos 179 mil 700 millones de dólares en los últimos cuatro años a fin de disminuir el costo de los medicamentos y dar cobertura médica básica a más del 90% de sus mil 300 millones de habitantes, los servicios médicos destinados a los ancianos no se dan abasto. Para resolver esta crisis que se avecina, en agosto pasado el Gobierno anunció lo impensable: la estimulación de inversión externa en servicios de atención médica privada, la norma común en Occidente.

No todos los sistemas sanitarios son inoperantes, sin embargo, algunos si bien son costosos para sus ciudadanos en términos de impuestos y cuotas sociales proveen servicios eficientes en todos los campos.

Uno de los mejores ejemplos es Suecia, que gasta 4 mil dólares por persona al año en asistencia médica, la mitad de lo que gasta Estados Unidos, y los resultados de salud son mucho mejores en Suecia en todos los indicadores tradicionales.

Un factor crucial importante es que, a diferencia de muchos proveedores de seguros de salud en Estados Unidos, los grupos gubernamentales que gestionan la salud sueca son entidades sin fines de lucro. Como su mandato es proporcionar una atención de calidad para todos los ciudadanos, no se enfrentan a los mismos incentivos para aumentar los márgenes de ganancia que sí tienen las organizaciones con fines de lucro.

***En Panamá.** La reciente huelga médica por la contratación de especialistas extranjeros ha generado inconvenientes y disgusto entre los usuarios de la Caja de Seguro Social.*



DAVID MESA | LA PRENSA

diseño









El lujo de la porcelana hecho arte

La marca valenciana Lladró celebró su 60 aniversario con Snob Shop, donde mostró cómo se elaboran artesanalmente las flores de una de sus piezas más famosas.

Anaximena Esquivel Olmos •
aesquivel@prensa.com







Francisca San Juan, artista veterana de la firma por más de 40 años, modeló y engarzó pétalos uno por uno en la pieza 'Flores en Primavera'.

IVÁN URIBE | LA PRENSA | CORTESÍA DE SNOB SHOP

La marca española Lladró, sinónimo de lujo en alta porcelana, es una de las más reconocidas en el ámbito mundial y está presente en más de 120 países. Sus inicios se remontan a 1953, en lo que es hoy la Ciudad de la Porcelana en Valencia, España. Actualmente cuenta con más de mil empleados y alrededor del 90% realiza oficios artesanales. Ellos dominan la porcelana más allá de las máquinas. Hasta la fecha, la familia Lladró supervisa a todos los escultores en un proceso que sigue siendo completamente artesanal.

Cada pieza de Lladró transmite, a través de sus expresiones y detalles, mensajes universales y emociones. En constante evolución, se reinventan, y desde principios de este siglo se introdujeron en la decoración del hogar ofreciendo colecciones para la iluminación, baños y fragancias, sin olvidar la estética, el detalle y la calidad.

Todas las esculturas auténticas de Lladró tienen grabado el logotipo de la marca en su base. Algunas, como "El Maestro Torero", del escultor José Javier Malaviano, no se fabrican más. Una serie limitada de 250 unidades se lanzó este año y de ellas solo una llegó a Panamá.

Las manos de una experta

Francisca *Paquita* San Juan es una de las artistas veteranas de la casa Lladró, con más de 40 años elaborando flores de porcelana.

Las flores completamente artesanales son una de las características que mayor fama le ha brindado a Lladró, ya que cada una es única e irrepetible. Son hechas a mano en un proceso sumamente delicado, en el que se utiliza la porcelana en estado semilíquido para crear los pétalos. Este trabajo se califica como arte, porque nunca quedarán exactamente igual una a la otra. Para entender la destreza necesaria, cada pétalo de cada flor de esta porcelana podría tardar hasta tres días de jornada completa en manos de una experta.

Paquita ha viajado alrededor del mundo, mostrando su habilidad y pasión al elaborar los delicados pétalos. Recientemente, pudimos apreciar su trabajo en Panamá, así como el proceso creativo que tiene lugar para concebir estas piezas exquisitas y comprender el valor que le aporta cada flor a las esculturas de manera singular como verdaderas obras de arte.



TU VOZ 'ONLINE'
EL PODER DE LOS *Blogs* EN EL SIGLO XXI

Anaximena Esquivel Olmos • aesquivel@prensa.com

Los blogs son esos espacios personales en internet donde se pueden desahogar las ideas y opiniones sin presiones externas. Plasmar los pensamientos, experiencias, quejas y críticas a la sociedad, así como los gustos y aspiraciones. Al formar parte de una comunidad *online*, se da uno cuenta de que muchas personas opinan de igual manera y tienen intereses afines.

Los medios de comunicación fueron los primeros en ver el potencial de las bitácoras digitales para influir en la opinión pública, llegar a las masas (incluso de otros países) y expresarse sin censura. Actualmente, cualquiera puede tener una. En internet hay miles de tutoriales disponibles que enseñan cómo crearla, ya sea personal o empresarial. Compañías, medios de comunicación, incluso los políticos, han visto hasta dónde puede llegar el poder de esta herramienta para conectarse con los ciudadanos. Pero para que esto ocurra, tiene que tener audiencia.

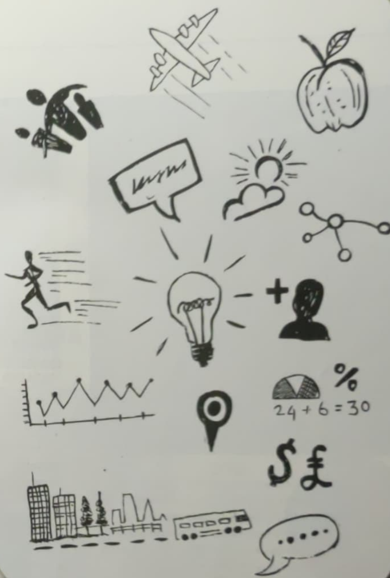
Analida Toledo García de Paredes, bloguera de Petite Joys in Life, dice que "hay que tener claro el concepto que se quiere y a quiénes se les está escribiendo". Jorge Chanis, bloguero de El Buen Diente, añade que se deben usar las estadísticas "para saber quién te lee, de dónde, a qué horas, etc."

Los blogs se inspiran en un sinfín de temas: moda, decoración, arquitectura, política, dieta, chismes, viajes... Por ello, Hugo Pardo Kuklinski, doctor en comunicación, fundador de la Escuela *Outliers* y cofundador del blog Digitalismo, opina que es mejor concentrarse en algo que pueda aportar valor a la conversación. "Cuanto más de nicho sea, mejor".

Analida cuenta que al crear el suyo, primero ideó el concepto, decidió los temas que quería tratar y a qué audiencia iba dirigido, pero desde el inicio entendió la regla de oro: "no dejar mucho tiempo entre post y post".

Kuklinski añade que "la perseverancia y el foco son la clave de cualquier blog, al igual que las redes".





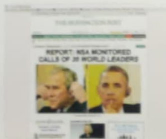
En el caso de Analida, ella recibe más comentarios en Twitter y Facebook que en el mismo blog, pero esto le sirve para evaluar si le está dando o no un buen uso a las redes sociales para que el público conozca su bitácora e ir creando una mayor audiencia.

El fenómeno de Twitter

Twitter ha revolucionado la forma de publicar. Ha generado un concepto conocido como "microblogging" donde el usuario tiene hasta 140 caracteres para desarrollar una idea o enlazar la última entrada de su blog. Cada *like* y cada retuit demuestra la influencia que tiene un usuario, y mientras más genere significa que los lectores confían en él o se identifican con lo que publica el autor, y que lo perciben como alguien imparcial que se atreve a mostrarse tal como es o como quiere llegar a ser.

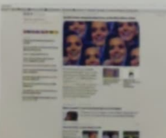
La clave, dice Kuklinski, es "tener aspiración a ser *viralizables* para poder publicar en Facebook y Twitter".

[+] Algunos blogs



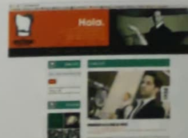
Huffington Post

Fue fundado en Estados Unidos por Arianna Huffington y otros columnistas en 2005 como medio alternativo de comentarios liberales. Tiene más de un millón de comentarios publicados mensualmente. Ha ganado el premio Pulitzer en la categoría de reportaje nacional gracias a la serie **Más allá del campo de batalla**, publicada por David Wood.



Gawker- Los rumores de hoy son las noticias de mañana

Se lanzó en 2002 bajo el liderazgo de Nick Denton y rápidamente se convirtió en el justiciero social de Manhattan. Es considerado uno de los blogs más vistos y exitosos. No cree en la privacidad ni en la discreción. La noticia y la brutal honestidad es lo que vale en sus publicaciones.



El Buen Diente

Jorge Chanis creó este blog hace dos años para "celebrar la comida y sus protagonistas". Lo actualiza dos veces por semana y lo ha complementando con Instagram (@elbuendiente), donde tiene más de 2 mil seguidores. Este es su primer blog y ya tiene más de 150 entradas. Para él, es imperativa la calidad de fotos porque al ser de comida, "le entra a todo el mundo por los ojos".



Petite Joys in Life

Analida Toledo García de Paredes, licenciada de mercadotecnia, actualiza su blog de moda y belleza Petite Joys in Life (petitejoysinlife.wordpress.com) diariamente y recibe más de 60 visitas diarias de Latinoamérica y Europa. Incluye recetas, *spots* publicitarios y reseñas de películas, series de televisión y música actual. Con 80 entradas, este, su primer blog, funciona desde principios de 2013.



'NIKITA' REGRESA A LA PANTALLA CON SU ÚLTIMA TEMPORADA

Melissa Pinel Z. • vivirdominical@prensa.com

Desde su estreno a finales de 2010, **Nikita** ha captado la atención de los amantes de las historias de acción, espías y entidades gubernamentales secretas.

La trama se centra en Nikita (Maggie Q), una mujer que se escapa de la División, una organización que borra el pasado de jóvenes delincuentes y los convierte en espías y asesinos. Tres años después, Nikita quiere destruir la organización. Shane West (**A walk to remember**) interpreta a Michael, un antiguo agente de la División que se une a la misión de Nikita al conocer la corrupción del sistema y enamorarse de la protagonista. Lyndsy Fonseca (**Big Love**) como Alex Unidov, la joven que Nikita entrena para infiltrarse en la División como una doble agente. Melinda Clarke (**The O.C**) personifica a Amanda, psicóloga e interrogadora y la principal antagonista.

La cuarta y última temporada se estrenará este 22 de noviembre en Estados Unidos y tendrá seis capítulos, el primero titulado "Wanted". En Latinoamérica, aún no tiene fecha de estreno.



SIGUIENDO LOS PASOS DEL 'CAZADOR DE COCODRILOS'

Robert Irwin, de nueve años, es un activista a favor de los animales. El hijo del recordado australiano Stephen Irwin, quien protagonizara el *show* **El cazador de cocodrilos** y que murió en septiembre de 2006, está siguiendo los pasos de su padre. El miembro más joven de la familia Irwin (tiene una hermana mayor llamada Bindi) hace su debut como copresentador de televisión del programa 'Wild But True', que se transmite por **Discovery Kids**, el cual explora los paralelos entre la naturaleza y la ciencia.

OCTAVIA SPENCER, EN 'REMAKE' DE 'MURDER, SHE WROTE'



Octavia Spencer, ganadora de un Oscar por su papel en 'The Help', protagonizará la reedición de la serie **Murder, She Wrote**, que hizo famosa Angela Lansbury. **NBC** está detrás del proyecto, escrito por la exguionista y productora de **Desperate Housewives**, Alexandra Cunningham.

'SLEEPY HOLLOW', ATRACTIVO TURÍSTICO



La nueva serie **Sleepy Hollow**, inspirada en la historia del jinete sin cabeza, ha traído muchos visitantes a la villa de Sleepy Hollow y su cementerio en Nueva York. En la imagen, Nicole Beharie, que interpreta a la policía Abbie Mills, y Tom Mison, a Ichabod Crane.

MAX MINGHELLA, EN 'THE MINDY PROJECT'



El elenco de **The Mindy Project** recibirá al actor británico Max Minghella, conocido por su participación en **The Social Network**. En esta comedia, creada y escrita por Mindy Kaling, Minghella tendrá el papel de Richie, el hermano menor del doctor Danny Castellano.

DE 'THE WALKING DEAD' AL 'THRILLER' 'HOME INVASION'



El protagonista de **The Walking Dead**, Chandler Riggs, y el actor Ioan Gruffudd se unen al elenco del *thriller* **Home Invasion**, con Bella Thorne (**Shake it up**) y Natalie Martínez (**Death Race**), en una historia sobre el secuestro de una familia en su propia casa.

AMAZON APUESTA POR NUEVA COMEDIA

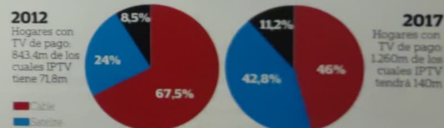


Amazon ordenó el episodio piloto de la comedia **The Rebels**, que será protagonizada por Hayes McArthur (**Go On**) y Josh Peck (**Drake & Josh**), sobre un equipo de fútbol americano que debe tratar de seguir adelante con un extraño grupo de personajes. McArthur será un *quarterback* al borde de la jubilación que busca demostrar que aún puede jugar, mientras que Peck hará el papel del recientemente promovido administrador del equipo. Escrita por Jeremy Garelick, guionista de **The Break Up**, y Jon Weinbach (**30 for 30**), la comedia contará con la actuación de Natalie Zea (**The Following**, **Justified**) como la viuda del dueño del equipo que ahora debe encargarse de su manejo. La producción de la serie comenzó la semana pasada y su estreno en Estados Unidos se prevé para mediados de 2014.

MOMENTO CRUCIAL PARA PROVEEDORES DE LA TV DE PAGO

UN CAMBIO EN LOS HÁBITOS TELEVISIVOS DE MILLONES DE PERSONAS PODRÍA ALEJARLOS DE LOS PROVEEDORES DE CABLE. LA DEMANDA DE TV CON PROTOCOLO DE INTERNET –QUE INVIERTE EN EXCLUSIVAS PREMIUM PARA ATRAER SUSCRIPTORES– SE DUPLICARÍA EN CINCO AÑOS.

Participación de mercado global de la TV de pago



huluPLUS amazon.com NETFLIX

Comparación	Hulu Plus	Amazon Prime	Netflix
Suscriptores:	4 millones (EU, JPN)	10 millones	40,29m (41 países)
Costo:	$9,99/mensual	$79/anual ($6,58)	$7,99/mensual
Ingreso:	$695m (Trim. 1, 2013)	No revelado	$1.100m (Trim. 3, 2013)
Calidad video /audio:	720p* sonido estéreo máximo	720p máximo, Dolby Digital Plus 5.1 sonido envol.	"Super HD" 1080p, 3D streams, Dolby Digital Plus 7.1
Comerciales:	Sí	No	No
Contenido premium original:	13 series incluidas **The Awesomes, Mother Up!**	**Alpha House**, Betas, y tres series para niños	5 series nuevas, incluida **House of Cards**
Presupuesto de contenido:	$500m	$250m	$300m (se duplicará en 2014)

*720p es un formato de señal con 720 líneas horizontales, 1080p tiene 1080 líneas.

Infografía: Adaptación Graphic News. **Fuente:** Digital TV Research, IDATE, informes de las empresas.

Tránsito eufemístico

Ana Alfaro • vivirdominical@prensa.com

Hoy repican los tambores. Termina el martes, la cacofonía. Pero más interesante me parece el período entero entre Halloween hasta el día de los muertos.

Hemmingway escribió sobre campanas que tañen, y las campanas han tañido en toda fecha, desde mucho antes de que Panamá existiera, y si algún día desaparece del mapa este pedacito de paraíso, seguirán las campanas. ¿Morirá algún día? Muere a pedacitos con cada desquiciado o imbécil que elegimos, definitivamente. Pero se regenera. Los que no nos regeneramos somos nosotros. Todo aquello de que polvo somos y en polvo nos convertiremos. Pasaremos a mejor vida. Abandonaremos este plano. Nos iremos al cielo. *Whatever.* La cosa es que alguien nos encontrará tiesos, y *bye bye*.

> EL 'SAKE' Y EL AMOR, Y EL BAILE Y LOS AMIGOS SE DEBEN APRECIAR EN VIDA. ¿TE MORISTE? 'OK'. ¿VIVISTE? TRATA MIENTRAS PUEDAS.

Recientemente, una parienta insistía en que "ella sí quiere el rollo de la iglesia" cuando patee el balde. Yo ni loca, pero comprendo si quienes queden lo necesiten. Lo que me irrita es que metan en una cajita una porción simbólica de mis "restos", y luego me encasqueten en una cripta con un buquetcillo detestable de flores de seda polvorientas.

En preludio, cuando un médico de ademán resignado me anuncie que hice metástasis (o lo que sea que elija la parca), cerraré Facebook, que es lo que hace uno ahora cuando "pone sus asuntos en orden". Y entonces, ya sabiendo que "*next stop*, el Santuario, favor no ofrendas florales", cavilaré si es cierto lo de la luz blanca, si hay túnel, si tu vida entera se te pasa por enfrente, si duele, si hay comité de bienvenida (hola papá, hola fulano, ¿ey, mengano, tú qué haces aquí?), si San Pedro todavía tiene llaves o si ahora tiene una de las tarjetitas magnetizadas o si es un teclado. El código, presumo, es 24356. C-i-e-lo. Me pregunto si los yihadistas, que no tienen a Pedro, ponchan P-a-r-a-í-s-o-c-o-n-b-u-c-o-t-ó-n-d-e-v-í-r-g-e-n-e-s.

Debe ser *kul* si eres yihadista mitad mexicano, mitad irlandés. Así tienes literalmente, hacha por yihadista, calabaza por irlandesa (con un Bailey's, *please*), y miel o por lo menos cadaveritas de amaranto o pastillaje, por mexicana, y florecitas amarillas que una vez al año te guíen hasta la casa familiar, donde te espera un altarcito coqueto con ofrendas. Tampoco está mal si eres budista, por aquello del culto a los antepasados. En el altarcito doméstico, siempre te dejan arroz y *sake*. El arroz, blah. Pero el *sake* es buena nota.

La cosa es, el *sake* y el amor, y el baile y los amigos se deben apreciar en vida. ¿Te moriste? Ok. ¿Viviste? Trata mientras puedas. Sigue el consejo de Dylan Thomas: *Do not go gentle into that good night. Rage, rage against the dying of the light.* "No entres plácidamente a esa buena noche. Enfurécete contra la muerte de la luz". Olvídate de los eufemismos del tránsito a la otra vida y vive esta. El verbo vivir no necesita eufemismo alguno. Y recuerda que es verbo.





Los perros blancos

Gerardo Gandsas • vivirdominical@prensa.com

Como es habitual en tantos temas relacionados con perros, alrededor de los de color blanco, diversas confusiones se van difundiendo de boca en boca. El error más frecuente es considerar a los perros blancos como albinos, y si bien todos los albinos son blancos, no todos los blancos son albinos.

Existen razas en las cuales el color blanco se ha buscado para ayudar en una función específica, por ejemplo, para ser más visible en la oscuridad del monte y, en el caso de ser lastimado, que sus heridas se vean con mayor facilidad. Este es el caso del dogo argentino.

Aunque es indudable que el blanco confiere más sensibilidad a los problemas de piel, distintas razas caninas lo poseen sin presentar mayores trastornos y otras lo tienen arraigado en su genética.

El albinismo es otra condición totalmente diferente en la cual la ausencia de pigmento hace que el animal sea susceptible a problemas relacionados con la exposición al sol, a la luz y a otras patologías, como la sordera y problemas de visión.

Algunos perros blancos, como el bull terrier y el dálmata, tienen zonas de su cuerpo que carecen casi completamente de pelo, como su hocico. En estos casos, hay riesgos de quemaduras si la exposición al sol es demasiada, y esto habitualmente sucede cuando los animales están con personas en las playas u otros lugares abiertos. Si los perros permanecen sin supervisión, es difícil que tengan problemas de quemaduras, ya que naturalmente evitan los excesos. En el mercado hay bloqueadores solares especiales para perros, muy recomendables para estas razas.



EL PELO ES UNA IMPORTANTE PROTECCIÓN PARA LOS PERROS, Y MÁS SI SON BLANCOS. NO COMETA EL GRAVE ERROR DE RASURARLOS.



Error. *No todos los perros blancos son albinos.* GERARDO GANDSAS | CORTESÍA

Razas como los pitbull o perros de tipologías similares, además de algunos galgos, llevan a veces asociado al color blanco problemas de inmunodepresión, haciéndolos más propensos a sufrir determinados problemas de salud.

En los *show* caninos, cuando se juzgan razas de ejemplares blancos, es importante que el juez observe que las zonas donde tiene que haber pigmento, como el hocico o borde del ojo, se encuentre bien pintado. Esta característica es clave para evitar problemas anexos.

Si usted tiene un perro albino, debe saber que requiere de mayores cuidados en lo referente a luz solar y también con chequeos médicos periódicos para detectar otras anomalías no visibles, que el albinismo puede traer.

Recuerde siempre que el pelo es una importante protección para los perros, y más si son blancos. No cometa el grave error de rasurarlos, ya que los hará más proclives a sufrir problemas en su piel.

[+] Rincón animal



DESFILE DE ALTA COSTURA

Una feria de venta y adopción de mascotas presentó un desfile de costura canina con perros disfrazados, en el parque Marina Vista, en Long Beach, California, Estados Unidos, atrayendo a más de 500 personas.



MASCOTAS INOLVIDABLES

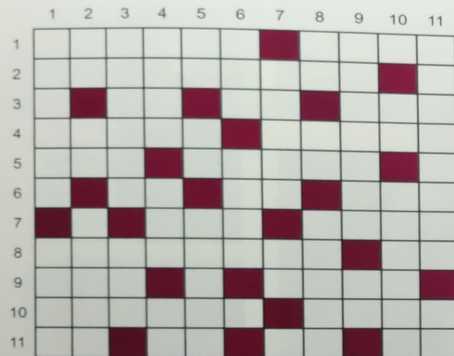
Imagen de una lápida en el cementerio de perros y otros animales domésticos en Asnieres-sur-Seine, en Francia, considerado el más antiguo de este tipo en el mundo y donde están los restos de 'Rin Tin Tin'.



ARQUITECTURA PERRUNA EN TOKIO

La exposición 'Arquitectura para perros', de Tokio, presenta una selección de proyectos pensados para inquilinos caninos, firmados por prestigiosos arquitectos como Toyo Ito, Sou Fujimoto y Kazuyo Sejima, entre otros.

[CRUCIGRAMA]

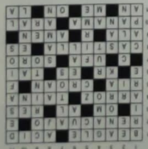


HORIZONTAL

1. Canal de navegación que comunica a Argentina con Chile. Ácido en inglés.
2. Niño pequeño y travieso.
3. Símbolo de lo esencial en el hinduismo. Aluminio. Cabeza de ganado.
4. Grano ovalado y blanco, rico en almidón. Patada que da una persona moviendo el pie hacia atrás.
5. Ensenada amplia. Cantan las ranas.
6. Símbolo químico del kriptón. Existe. Pueblos que se extienden desde Assam hasta la isla Hainán y desde la provincia china de Yunnan hasta el golfo de Tailandia.
7. En Argentina, voz para expresar fastidio, desagrado. Órgano reproductor de los helechos.
8. Región histórica de España. Símbolo químico del einstenio.
9. Flanco de una formación militar. Voz hebrea que se dice al final de las oraciones litúrgicas.
10. Tela de algodón de hilos gruesos, muy apta para el bordado. Mar endorreico de Asia Central.
11. Prefijo negativo. Versión de Windows. Indicador de encendido. Nota musical.

VERTICAL

1. Comuna francesa, situada en la región de Centro, departamento de Loiret. Pretexto con que se encubre un designio.
2. Iniciales de Eva Escalona. Unidad de longitud utilizada en Japón. Atraviesan un cuerpo con un objeto punzante.
3. Chaqueta impermeable con capucha. Apócope de santo.
4. Prefijo para indicar unión. Rodada en inglés. Americio.
5. Iniciales de Luis Castro. Iniciales de Zulma Cervantes. En Cuba, terreno virgen.
6. Siglas de Estados Unidos de América. Antigua moneda española de níquel.
7. Espigados. Artículo determinado femenino.
8. Iniciales de Alberto Jiménez. Alcohólicos Anónimos. En Venezuela, árbol americano de copa ancha y frondosa, flores rosadas, crece en tierras calientes.
9. Color rojo oscuro, próximo al violeta. Primogénito de Judá.
10. Preposición. Suelo de arena movediza.
11. Situaciones difíciles a la que alguien se enfrenta. Símbolo químico del lantano.



[SUDOKU]

		4		7	9	8		
	3	7		4	5			
	1				6		5	4
			9			4	8	
					3	2		5
		5	7					3
	5							7
				6		9		
		8				5	1	

[SUMANDO]

?	x	?	/	?	=	91
x		+		+		
?	-	?	x	?	=	72
x		x		x		
?	+	?	x	?	=	41
=		=		=		
48		41		392		

[SOLUCIONES]